湯前町広報誌［広報ゆのまえ］

Yunomae

特集
海洋センターの新たな魅力に迫る
+αの可能性

絶品の特産イチゴ・スイーツ
2016 ゆのまえ苺祭り

駅前がライトアップ!?
湯前駅イルミネーション

心温まるおもてなし
ひなまつり展

よい子に育ちますように—。

体育館、プール、グラウンド、ウオーキングロード。
私たちが住んでいるまちには体を動かすための場所があります。B&G財団が昭和57年に建設した湯前町B&G海洋センターの改修が昨年９月に始まりました。
今回は海洋センターの新たな魅力に迫ります。

特集　海洋センターの新たな魅力に迫る

＋αの可能性

プラスアルファ

海洋センターは昭和60年に財団から町へ無償で引き渡されました。体育館やプール、グラウンドは住民の健康やスポーツを推進する施設として長年親しまれてきました。

平成23年には、九州内の海洋センターで一番の利用者数となる８３００人がプールを利用しました。平成24年にグラウンド周辺に整備したウオーキングロードでは、毎日住民がジョギングやウオーキングに汗を流しています。

同財団は「心と体の健康づくり」を目指して、全国各地の自然豊かな場所で活動しています。海洋センターがある３９０自治体のうち２９９カ所が消滅可能性都市とされたことを受け、昨年から地域のコミュニティを再生するための取り組みをスタートさせました。

今回、湯前と北海道の積丹町がそのモデルに選ばれました。海洋センターをスポーツ以外でも人が集まることのできる施設にしようと、昨年5月に2町が財団と調印を結び、海洋センターの改修が始まっています。

人が集まる新しい空間

変わり始めた海洋センター。以前よりも多くの住民が海洋センターに集まり始めています。一体何が変わって、何が始まっているのでしょうか？

❶夜、仕事終わりに汗を流す人たち ❷測定器で分かった数値をパソコンに登録 ❸会議にも使える冷暖房完備のロビー ❹新しい機材が増えたトレーニングルーム ❺会話をしながら楽しく運動 ❻1kgから8kgまでのダンベルがある ❼❽給茶機や英語の本なども置かれている❾月2回開かれている英会話教室

幅広い使い方ができるロビー

ロビースペースの一部を広げ、冷暖房器具やテーブル、テレビ、給茶機、16脚のイスなどを設置。住民が気軽に集まることのできる「いこいの場」になりました。いろんな町のイベントに参加した人がお茶を飲みながら、いつでも休憩できる場所になっています。休憩所としての役割だけでなく、会議などにも無料で使うことができます（事務所に申し込みが必要）。

昨年11月には動画配信サービスを使って、東京で披露された青年団の東方太鼓踊りをテレビで中継。多くの住民が駆けつけ、青年団員の踊りを鑑賞しました。新しく設置された本棚にはストレッチや機具の使い方が書かれた本だけでなく、英語で書かれた漫画なども置いてあり、現在、ロビーを使って月2回、ALTによる英会話教室も開かれています。

ベースアップ教室参加者
野田（のだ）　直子（なおこ）さん（43＝上里2）

自分のペースに合わせて運動できるので、ありがたいですね。子育てや家事などで中々時間が取れないので、すぐに行くことのできる町内で、1時間という時間はとても参加しやすいです。

足づくり教室参加者
力田（りきた）　マサエさん（88＝浜川）

6年前から教室に参加しています。通い始めてから体や節々の調子を保つことができています。家の外に出て体を動かし、参加者の皆さんと会話もできるので、毎回楽しみに参加しています。

歩いてできる全身運動
ノルディックウオーキングポールの貸し出し

海洋センターに20組あり、現在無料で貸し出しています。2本の専用ポールを手に持って歩き、下半身だけでなく腕、上半身の筋肉など体にある90％の筋肉を使うので、普通のウオーキングよりも効果的な運動ができます。姿勢の矯正にも効果的。ひざやせき髄への負担も減らして歩くことができます。

健康で楽しく過ごす体づくり
ベースアップ教室▶木曜日午後7時〜午後8時

健康で楽しく過ごせる体づくりを目指して基礎体力を高める教室です。大人と子どもの部に分かれ、それぞれトレーナーが指導。大人の部はストレッチやエクササイズで各部位の弱った筋力を強化。子どもの部ではボール、ミニハードル、ラダーなどを使い、子どもたちが遊び感覚でいろんな体の使い方を覚えることができます。

生活の動きを楽にする教室
足作り教室▶水曜日午前10時〜午前11時半

昨年12月から海洋センターに会場を移して開かれています。生活の動きを楽にするために65歳以上の人が参加。ひざや関節の痛みについて学ぶ勉強、簡単なストレッチやエクササイズ、体力測定などが行われています。前期後期に分けて計24回開かれ、測定では5㍍歩く秒数や握力、立ち歩きの動作を計って効果が実感できます。

新しい機材　※主なもの	機材名	説　明
ティーディスペンサー	給茶機	ロビーに置いてあり、無料で温かいお茶や水が飲めます。
体成分分析器	体成分分析器	体重や体脂肪率、左右の手足、胴体の筋肉量や理想的な体重になるためのカロリー消費量が分かります。
ミーティングルーム設備備品	ストレッチマット	運動前の準備運動やストレッチ、運動後の整理体操などに使うことができます。
	スポーツミラー	ダンベル運動やパワーチューブなど、体の動きを確認しながらトレーニングができます。
	フラットベンチ	ダンベル運動やパワーチューブ運動の種類を増やせます。
	腹筋用機具	角度を変えることで、より効果的に腹筋運動ができます。
貸出用 ノルディックウオーキング・パワーチューブ	パワーチューブ	骨に近いインナーマッスルを鍛えることできます。使い方によっていろんな筋肉を使うことができます。
	ノルディックウオーキングポール	全身の筋肉を刺激し、普通のウオーキングよりエネルギー消費量が約20％増えます。体力づくりや減量に効果的です。上半身も使うので、肩や首のコリの解消、肩甲骨の可動域の改善にも効果があります。
トレーニングマシン	リカンベントバイク	強度の高い運動やプログラムによって、いろんな運動ができます。ウオーキングや有酸素運動だけでは脂肪と一緒に筋肉も落ちてしまいますが、負荷をかける運動で、筋肉を鍛えながら脂肪を燃焼できます。
	ウオーキングマシン	速度や角度を変えることで、ウオーキングからランニングまでいろんなプログラムを組むことができます。※バイクとウオーキングマシンは、時間・カロリー・距離を目標としてセットすることができます。

▼体成分分析器の結果表

簡単に測れて、自分の体をくわしく知ることができる

機材や教室の充実

住民の健康を高めるために始まったのが「健康ベースアップ事業」です。ミーティングルームを冷暖房完備の多目的運動施設に改修し、1年中安全に運動ができるようになりました。健診センターと連携した定期的な身体測定会やさまざまな運動教室などが開かれています。新しく置かれた「体成分分析器」を使うと、左右の筋肉量や内臓脂肪の量、適正な体型になるための食事量や運動量の目安などが分かり、自分の体をくわしく知ることができます。分析した結果はパソコンで保存してデータを比べていくこともできます。

現在、トランポリン教室や基礎体力を高めるための「ベースアップ教室」、介護予防のための足づくり教室や脳活性化教室などが開かれています。住民は、招かれた講師から運動の指導を受けて、自分に合った健康づくりをしています。集まることで会話もはずみ、大人から子どもまで、楽しみながら健康づくりを続けられるようになりました。

簡単に使えるウオーキングマシンやバイクなどのトレーニング機材（現在無料で開放中）、ノルディックウオーキング機材の貸し出しもあり、今、海洋センターに足を運ぶ人が増えています。

まずは気軽にお立ち寄りください

事務所に申し込みをすれば、それぞれの機材や施設を使うことができます。新しくなった海洋センターで健康づくりや茶話会などを楽しみませんか？

■お問い合せは…
湯前町海洋センターまで
（☎0966−43−4555）

工藤（くどう）　陽平（ようへい）さん
（教育課＝B&G連携推進パートナー）

2016
ゆのまえ苺祭り

今回直売された「さがほのか」。果実の大きさは大きめで、ややスリムな円すい形。全体が色づき、果肉がしっかりとついている。酸味が穏やかでとても甘いのが特徴。日持ちもしやすい。

特産イチゴやスイーツに来場多数

２０１６ゆのまえ苺まつりは２月14日、湯前駅レールウイングであり、湯前産イチゴの直売会やイチゴスイーツを目当てにたくさんの人が足を運びました。

町特産のイチゴを町内外に広め、新商品の開発につなげようと町観光物産協会（谷口幸範会長）が主催し、ことしで５回目。直売ではＪＡくま苺部会湯前支部（那須武利支部長＝７戸）が生産する「さがほのか」が４パック１，０００円で販売され、多くの人が買い求めました。先着２００人には摘み立てのイチゴが配られました。会場内では町内の製菓・飲食店がイチゴを使ったショートケーキや大福、クッキー、プリンなどを販売。ステージではゆるキャラショーや、和太鼓、バンドの演奏などがありました。野菜ソムリエの桑原ナミさんの講演会も開かれ、参加者はイチゴを使ったピザなどを試食していました。

町内外から多くの人が湯前産のイチゴを買い求めた

1 イチゴやマシュマロをチョコフォンデュで。二度漬け厳禁
2 絶品スイーツを食べて笑顔になる子ども
3 イチゴとクリームチーズを使ったピザの試作
4 滑らかな舌触りがクセになるイチゴのパンナコッタ
5 桑原さんの料理を見学する参加者
6 パックにぎゅっとつまった湯前産の甘〜いイチゴ
7 イチゴのプレゼントに喜ぶ親子
8 たくさんの人が会場に足を運んだ
9 軽快なダンスで会場を沸かせた「DEVEROP」
10 イチゴを手に入れてガッツポーズをする子ども
11 迫力のある演奏を披露した和太鼓グループ「一期一会」

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

湯前勢５人が出場、上田選手が区間賞で３位入賞に貢献

NO.1

第42回郡市対抗熊日駅伝
第33回熊日郡市対抗女子駅伝

区間賞で３位入賞に貢献した４区上田選手

第42回郡市対抗熊日駅伝が２月14日、天草市役所前をスタート、熊本市のびぷれす熊日会館前をゴールとして開かれ、14区間１０６・１キロのコースに県内各郡市から19チームが出場しました。球磨郡は４区上田結也選手（九州学院高３年＝野中田１）の５人抜きの活躍などで、３位入賞を果たしました。

大会には、本町から上田選手と樅木謙雄選手（北熊本自衛隊＝古城出身）が出場しました。７位でたすきを受け取った上田選手は４区（11・7キロ）を34分34秒のタイムで走り抜き、区間賞を受賞。９区（7・8キロ）を任された樅木選手も区間２位につけるなど、本町出身の選手の活躍が光りました。

第33回熊日郡市対抗女子駅伝は１月24日、熊本市のびぷれす熊日会館前を発着点とする７区間28・4キロのコースであり、本町から栗原泉選手（湯前中２年＝上染田）、栗原緑選手（熊本千原台高２年＝上染田）、多田華歌選手（湯前中３年＝馬場）の３選手が出場しました。雪が降り続ける悪条件に負けず、３選手は２区～４区で全力の「湯前リレー」をみせ、しっかりとたすきをつないでいました。

〈総合成績〉
①熊本市　5時間24分08秒
②宇城市　5時間26分20秒
③球磨郡　5時間29分04秒

〈個人成績〉（本町関係）
※（通過順位）〔区間順位〕
▽4区（11・7キロ）
上田　結也
（九州学院高3年＝野中田1）
34分34秒（2）〔1〕
▽9区（7・8キロ）
樅木　謙雄
（北熊本自衛隊＝古城出身）
24分34秒（3）〔2〕

〈女子総合成績〉
①熊本市　1時間34分25秒
②天草市　1時間37分07秒
③宇城市　1時間37分35秒
⑩球磨郡　1時間42分44秒

〈個人成績〉（本町関係）
※（通過順位）〔区間順位〕
▽2区（3・1キロ：中学生）
栗原　泉
（湯前中2年＝上染田）
11分40秒（6）〔8〕
▽3区（4・0キロ）
栗原　緑
（千原台高2年＝上染田）
13分36秒（6）〔7〕
▽4区（3・4キロ）
多田　華歌
（湯前中3年＝馬場）
13分39秒（11）〔13〕

雪が降る苦しいレースも粘りの走りをみせた２区栗原泉選手

NO.2 手作りのひな祭り展

心温まるおもてなし、申の飾りものなど約1000点を展示

一つ一つの作品に手作りの温かさがある

「さるかに合戦」の布絵を見学する来場者

町内のパッチワーク愛好家でつくる「ひなの会（山浦艶子代表）」の手作りのひなまつり展が２月14日から、ふれあい交流センター「湯～とぴあ」で始まり、３月21日まで好評開催中です。

展示はことしで14回目の開催で、昨年は６千人以上の来場がありました。山浦代表は「すべて手作りで、人吉球磨の中でも自身を持って見ていただけるものになっている。笑顔、心のこもったおもてなしを心がけたい」とあいさつ。会場には干支の申にちなみ、会員みんなで作った、縦３メートル、横２メートル15センチの「さるかに合戦」の布絵をメーンに、吊りびなや小物など約１０００点の力作が並んでいます。

期間中は無休で、観覧時間は午前９時から午後４時まで。ホット梅酒やお茶の振る舞いのほか、３月３日には先着50人に桜もちが無料で振る舞われます。

NO.3 第４回布と遊ぼう展

ゆっくりと楽しんで

きれいな布飾りやひな人形で色あざやかにかざられた古民家

「第４回布と遊ぼう展」が２月14日から永山哲男さん（65＝上猪）の古民家で開かれ、来場者がお茶のふるまいなどを受けながら、ゆっくりと展示を見学しています。

展示は布遊びグループ「それいゆ」が開き、ことしで４回目。ことし新しく二人が入会し、現在８人で活動しています。古民家には会員が手がけたタペストリー（布の壁掛け）やさげもの飾り、明治時代に作られたひな人形やひょうぶ、土びな、押絵などがきれいに飾られています。昨年も遠くは宮崎県、鹿児島県など、県内外から約５００人が来場。お茶の振る舞いもあり、ゆっくりと展示を楽しむことができます。

会員の永山治実さん（64）は「たくさん協力してもらって、まさに『おかげさまのひなまつり展』。めずらしいおひなさまや会員の布飾りをゆっくりと見ていってほしい」と話していました。展示は３月21日ごろまで開かれる予定です。

NO.4 駅周辺のにぎわいづくり
湯前駅前 イルミネーション点灯

駅前で点灯されたイルミネーション

きれいに整備された路面を歩く参加者たち

湯前駅前のイルミネーション点灯式が２月13日、湯前駅一帯で開かれ、たくさんの住民がイルミネーションの前での記念撮影やチョコ菓子のプレゼントなどを楽しみました。

イベントは湯前駅前の県道停車場線（湯前駅前～国道２１９号）が改修されたことを記念して湯前町商工会（伊藤昌一会長）が主催。駅前のモニュメントには、イルミネーションが飾られ、れんが色の石畳風に整備された路面には町の保育園児が絵を描いた灯籠約１５０個が置かれました。午後６時41分発人吉行き列車の出発に合わせてイルミネーションが点灯。訪れた人たちは「ゆっくん」との記念撮影を楽しんでいました。点灯に合わせて、バレンタインチョコ菓子のプレゼントや販売、宝探しも行われました。

下町橋ではゆのまえグリーン・ツーリズム研究会（藤本伸介会長）が、都川の中に灯籠を並べてハートの形を作り、イベントを盛り上げました。イルミネーションは３月14日までともされ、下町橋の点灯も同期間行われます。

道ばたには地元保育園児が絵を書いた灯籠を置き、幻想的な雰囲気に

第59回熊本県広報コンクールの最終審査が１月14日、熊本市の熊日新聞本社で行われ、広報ゆのまえが広報紙・町村の部で1位となる特選を3年連続で受賞、一枚写真の部でも2年連続となる佳作を受賞しました。

同コンクールは市町村広報紙のレベルアップを目的に毎年開催され、県広報協会と熊日新聞社が主催。県内の市町村から広報紙の部に21点、広報写真の部には81点の応募がありました。広報紙の部には広報ゆのまえ平成27年９～11月号、一枚写真の部にはホタルを撮影した６月号の表紙「初夏に輝く数多（あまた）の光」を提出しました。

審査員からは「町民の活き活きとした写真やレイアウトが光り、漫画の特集は秀逸」などと評価されました。広報ゆのまえ11月号はことし5月に行われる全国広報コンクールに熊本県代表として出品されます。町村部では広報にしき（錦町）や広報くまむら（球磨村）、市部で広報ひとよし（人吉市）が入賞するなど、人吉球磨勢の躍進も目立ちました。

NO.5 活き活きと輝く町民を主役に
「広報ゆのまえ」３年連続の栄冠

熊日本社で表彰を受けた人吉球磨の広報担当者たち（左から２番目＝湯前町の担当者）

広報紙・町村部
- ▼**特選　広報ゆのまえ（湯前町）**
- ▼入選　広報にしき（錦町）
- ▼佳作　広報くまむら（球磨村）
　　　　広報きくよう（菊陽町）

同・市部
- ▼特選　広報きくち（菊池市）
- ▼入選　広報ひとよし（人吉市）

広報写真・一枚写真の部
- ▼特選　健やかな成長を願って（芦北町）
- ▼**佳作　初夏に輝く数多の光（湯前町）**
　　　　ほか３作品

同・組み写真の部
- ▼特選　日本遺産元年のおくんち祭り（人吉市）

INFORMATION

３月27日（日） 熊本県知事選挙が行われます
期日前投票は３月11日（金）～26日（土）です

当日投票
1. 投票日▶ 平成28年３月27日（日）
2. 投票時間▶ 午前７時00分～午後６時00分まで
3. 投票場所▶

第１投票所（農村環境改善センター）	第２投票所（保健センター）
第３投票所（湯前保育園）	第４投票所（慈光第２保育園）

仕事やお出かけなどの予定がある人は期日前投票ができます

期日前投票・不在者投票
1. 投票期間▶ 平成28年３月11日（金）～３月26日（土）
2. 投票時間▶ 午前８時30分～午後８時00分まで
3. 投票場所▶ 湯前町保健センター機能回復訓練室

○いずれの投票にも入場券をお持ちください。
※無くしたり、投票所に持ってきていなくても投票することができます

◆簡単にできます、期日前投票

1

入場券を受け付けの人に渡します。期日前投票所は湯前町保健センターです。

2

宣誓書に記入をします。３月27日に投票に行くことができない理由を丸で囲んで、日にち、名前・住所・生年月日を書きます。

3

投票用紙をもらい、記載台で候補者の名前を書きます。

※３月27日当日の投票用紙にはあらかじめ候補者の名前が入っていますので、選びたい候補者の枠に丸をつけてください。

4

投票箱に投票用紙を入れたら、おしまいです。投票用紙がしっかりと中に入るように最後まで押し込んでください。

お問い合わせ先　湯前町選挙管理委員会　℡ 0966-43-4111

1月14日(木)

楽しみながら地域包括の仕組みを学ぶ
そよかぜの会新年会

地域包括の仕組みを学ぶ参加者たち

人吉球磨精神保健福祉ボランティア「麦の会（地内豊子代表）」の湯前町会員らによる「そよ風の会」の新年会が1月14日に中央公民館で開かれ、14人が介護や医療の仕組みを学んでいました。

同会は当事者の安心できる場をつくろうと9年前に設立されました。地内代表が「ほっとする場所をつくり、いろんなことを学んで寄り添っていきたい」とあいさつ。上球磨包括支援センターの社会福祉士らが安心して暮らすことのできる支援の体制など地域包括の仕組みを参加者に教えていました。

勉強を終えると、参加者は円になって、曲に合わせておどったり、手を動かしたりするレクリエーションや食事をして楽しんでいました。

1月17日(日)

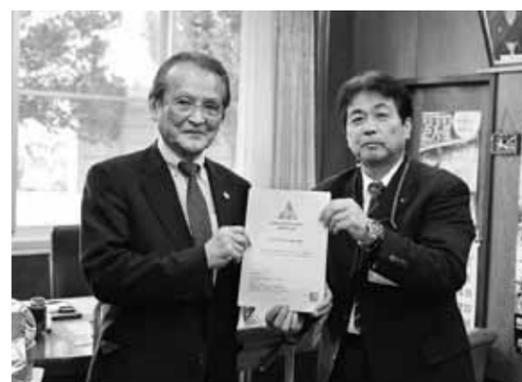
接戦を制し、湯前柔道ク3年ぶりV
第40回球磨人吉小学校柔道大会

接戦を勝ち抜き、頂点に立った選手たち

第40回球磨人吉小学校柔道大会が1月17日に、多良木町の町民体育館で開かれ、低学年の部（1・2年生）で湯前少年柔道クラブ（藤岡教顕監督）が3年ぶりに優勝、中高学年の部（3～6年生）でも3位入賞を果たしました。

3人一組みで対戦する低学年の部には7チームが出場。2ブロックのリーグ戦を3戦全勝で勝ち上がった湯前クラブは、決勝戦であさぎり心道館と対戦しました。先手を取られた湯前クラブは、椎葉隼選手（湯前小2年＝上村）が終了5秒前に得意の背負い投げで有効をとり、流れを引き寄せて逆転勝利しました。藤岡監督は「苦しい場面を心の強さで乗り越えた。選手の力と保護者の応援が一つになった結果」と話していました。

1月27日(水)

町産の木材を全国へアピール
球磨杉梁桁材がウッドデザイン賞受賞

ウッドデザインの賞状を持つ中村会長と長谷和人副町長（右）

湯前町の木材産業などでつくる国産材品質表示推進協議会「SSDプロジェクト」と建材総合商社、紅中（中村暢秀会長＝大阪府）の球磨杉Jビーム（梁桁材）がソーシャルデザイン部門で「ウッドデザイン賞」を受賞、1月27日には中村会長が来庁し受賞を報告しました。

賞は木の良さや価値を再発見させる優れた製品や取り組みを評価しようと、ことし新設され、ウッドデザイン賞運営事務局が主催、林野庁が後援しています。

大きすぎるなどして、活用が難しかった木を産地と消費地が一緒に技術開発をし、ブランド化したことが評価されました。今後は梁桁材に湯前の名前を入れて、町産の木材を全国へアピールしていく予定です。

2月3日(水)

涙を流すも鬼退治！
慈光保育園で節分

勇気を振り絞って鬼に豆を投げつける園児たち

慈光保育園（藤岡孝史園長）の節分が2月3日に同園であり、117人の園児が勇気を出して鬼を退治していました。

保育士が節分の由来を絵本などで説明したあと、園児たちは園庭に出ました。園児たちは鬼を探すようにそわそわと周りを見渡し、どこか落ち着かない様子。手を突き上げて、みんなで「鬼退治頑張るぞ！」と気合いを入れました。大人が変装した迫力のある鬼が2匹現れると園児の表情が一変。顔をこわばらせ、鬼から逃げるように園庭を駆け回りました。しかし、最後には勇気を振り絞った園児たち。涙ながらに「怖い」と叫びながらも、必死にまめを投げたり、「よい子になります」と鬼に誓ったりしていました。

2月10日(水)

協力の大切さ考えて
人権擁護委員が園児に人権教室

紙芝居や人形劇を楽しみながら協力することの大切さを学んだ園児たち

人権擁護委員による人権教室が2月10日、湯前保育園で開かれ、湯前町、水上村などの委員7人が紙芝居や人形劇で園児88人に助け合うことの大切さを伝えていました。

子どもたちに人権について考えてもらおうと開かれ、紙芝居の読み聞かせや「おおきなかぶ」の人形劇が行われました。人形や劇中の小道具は金山充委員（64＝下村）の手作り。委員らが音楽に合わせて人形を動かすと、園児たちも手を叩いて、楽しそうにリズムに乗っていました。平川伊三男委員（68＝上里3）は「園児の反応が良かったのでやりがいがあった。助け合うことや自分から進んでものごとをする大切さを少しでも感じてもらえたら」と話していました。

2月15日(月)

入学をイメージして
湯前小学校体験入学

お店屋さんごっこで1年生と交流する園児たち

ことし4月に湯前小学校入学を控えた保育園児の体験入学が2月15日に同校で開かれ、26人の園児が校内見学や1、2年生との交流で、入学のイメージをふくらませました。

体験入学は園児が小学校のことを知って、新しい生活に早く慣れてほしいと毎年行われています。4班に分かれた園児たちのとなりに2年生が並び、となり同士で自己紹介。園児たちは2年生と一人ずつ手をつないで、教室や校長室、職員室、図書館、音楽室などを見学していきました。

1年生との交流ではクイズとお店屋さんごっこをしました。1年生が冗談を交えながら楽しく学校についてのクイズを出し、園児たちも大笑いして楽しんでいました。

中央公民館図書室

読書のススメ

五郎丸とラグビーの魅力がぎっしりつまった一冊

揺るがない、急がない、動じない、山のような男。道を切り開き、味方を助け、守る、城のような男。「日本のフルバック」五郎丸歩が、ラグビーと出会った幼少時代から花園での挫折、早稲田大学からヤマハ、そして日本代表として過ごしてきた日々を振り返りつつ、自分とラグビーの全てを語り尽くす！

不動の魂 桜の15番 ラグビーと歩む
五郎丸 歩(著)，大友 信彦(編集)、実業之日本社

親を支えるための心構えや準備を紹介

家族で支える？施設にあずける？自分の生活・仕事とどう両立させる？知っておきたい制度・お金のこと。忘れてはいけない大事な申請。

親の介護が必要になったときにやるべきこと
中村 寿美子(著)、PHP研究所

仇討ちを誓った六郎が下した決断は…？

元秋月藩士の父、そして母までも惨殺された臼井六郎は、固く仇討ちを誓う。しかし武士の世では美風とされた仇討ちが、明治に入ると禁じられてしまう。おのれは何をなすべきなのか。六郎が下した決断とは？

蒼天見ゆ
葉室 麟(著)，角川書店

ことばあそびの名手とEテレイラストレーターの初コンビ作

おとうちゃわん おかあちゃわん おにいちゃわん おちびちゃわん の おちゃわんかぞく。ご飯の時間になり、おはしかぞくやおわんかぞくとともに今日もスタンバイOK。では いただきま〜す！

おちゃわんかぞく
林 木林(著)，いぬんこ(イラスト)、白泉社

○平日８：30〜17：00
○土日・祭日９：30〜17：00
　※貸出期間は２週間で、一人５冊まで。
〈お問い合わせ〉中央公民館
（TEL 0966-43-2050）

ECOLOG　２月のごみ情報

１月末人口：4,220人

先月分　今月分　昨年の12月分

種別	先月分	今月分	昨年の12月分	差
燃えるごみ(kg)	70,520	57,770	65,240	−7,470
燃えないごみ(kg)	5,480	3,050	3,790	−740
リサイクル品(kg)	19,660	10,170	13,320	−3,150
粗大ごみ(kg)	300	270		
有害ごみ(kg)	100	70		

このマーク知っていますか？？

これは紙製容器包装識別マークといい、リサイクルできる紙資源についているマークです。お菓子のパッケージ、紙コップ、贈りものの箱、ティッシュ箱、包装紙などいろんな商品についています。

このマークがついていればリサイクルできるので、可燃ごみではなく、きれいなものはリサイクルステーションの決められた場所に出しましょう！

気をつけて見てみるとたくさんあるので、ごみ箱がすぐいっぱいになるのを防ぐことができるかもしれません。

リサイクルステーションからのお願い！

＊リサイクルは、「きれいなもの」が基本です。
＊ペットボトルはラベルを取ってきれいに洗って出してください。
☆ペットボトルの行き先
町で分別収集したペットボトルはクリーンプラザへ運び、国内再生利用事業者に限って引き渡ししています。
※３月の不燃物収集は
２日と16日です。（第１・第３水曜日）

一人一人の意識が、ごみを変えていきます。ご協力をお願いします。

湯前のよかとこ発見！

今月のリポーター　安井 佳奈

〜地域おこし協力隊です〜

デジタルなチョコレート工場

デジタル工作体験教室が１月23日に村枝アトリエで行われ、子どもたちがチョコレート作りやステッカー作り、3Dペンを使った工作を楽しみました。

デジタル工作でバレンタインチョコ作りに挑んだ児童たち

カッティングマシンを使ってラッピング用のシールを自作

3Dプリンターで作ったゆっくんの型

3Dプリンターなどのデジタル工作機器を使って手軽に作品を作ることができるイベントです。今回は3Dプリンターで「ゆっくん」の型を作り、湯前オリジナル“ゆっくんチョコ”を作ろう！という企画でした。カッティングマシンでラッピング用のステッカー作りも体験。参加者の深水帆乃華(ふかみほのか)さん（湯前小４年＝瀬戸口）は「カットされたステッカーを台紙からはがすのが難しかったけれど、楽しかったのでまた来たい」と言ってくれました。チョコレートとデジタル工作。関係がなさそうな二つですが、組み合わせると子どもたちの個性が光るすばらしい作品ができ上がりました。

笑顔生み出すタブレット

「シニア向けタブレット利活用体験教室」が１月23日に辻公民分館で行われ、地域おこし協力隊二人が教室に向かいました。

みんなで楽しく使い方を学べるタブレット講座

このタブレット講座の参加費は無料、タブレットを持っていない人や開催地区に住んでいない人でも受講できます。ことしからは辻と瀬戸口の公民分館で開催されます。タブレットの便利な機能やアプリを使った写真・動画の編集など実際に操作して体験できる講座です。１月23日はタブレットを使って写真を撮り、インターネットに投稿。それぞれが投稿した写真を見て、あちらこちらで笑いが起きていました。

私が幼いころは、祖父母とファックスで連絡を取ることが楽しみでしたが、今は顔を見ながら電話ができる時代。タブレットを使いこなし、お孫さんと元気な姿を見せ合ってほしいと思いました。

協力隊のゆのまえ暮らし（地域おこし協力隊がゆる〜く近況報告）

湯前に来て４カ月。たくさんの人が声をかけてくださり、毎日楽しく過ごしています。今月から広報誌で私たちのページができました。協力隊が気になったこと・湯前らしさなどを書いていきます！

私は４歳から柔道を続けています。実は２月11日に熊本武道館で開かれた「熊本県柔道選手権大会」に出場し、優勝してきました。久々の試合で緊張しましたが、熊本に来た新参者ということもあって、チャレンジャー精神で挑むことができました。次は３月６日に福岡県で開かれる九州大会に出場します。腕にゆっくんのワッペン、胸に湯前と刺しゅうされた柔道衣を着て試合に出場し、湯前の名前を九州に広めてきます！

―湯前町青年団だより―

〈団長 瀧森 道太〉

がまだすっ！

2016 VOL.6

Topicks

1・2月のわだい を紹介します

1/24 球磨郡青年団協議会駅伝大会

※悪天候のため中止

1/31 里宮奉納ミニサッカー大会

たくさんの小中学生が参加してくれました。中学生対青年団の試合では本気同士のぶつかり合い！みんな笑顔で汗を流していました。

東方臼太鼓踊りの披露会

皆さんの全国大会出場へのご協力に感謝を込めて太鼓踊りを披露しました。当日はたくさんの人に来ていただいて、多くの拍手をもらいました。ありがとうございました。

2/13 あさぎり銘酒まつりにて太鼓踊り披露

2/14 ゆのまえ苺まつりバザー

2/21 地域婦人会と合同清掃活動

2/28 球磨郡青年団協議会総会

青年団情報

NEW INFORMATION YUNOMAE SEINENDAN

3月 湯前町青年団総会

ミニサッカー大会では、元気良い子どもたちの姿を見ることができてよかったです。来年は私たちも中学生に負けないように鍛え直してきます（笑）
地域の皆さんご協力ありがとうございました！

椎葉 直斗 体育部長
（25＝田上）

戸籍の窓

平成28年1月1日～1月31日届出分

ご結婚おめでとう

- ♥ 那須 仁徳（上里3） 今﨑 秀香（人吉市）
- ♥ 堤 一矢（人吉市） 前田 里美（野中田1）
- ♥ 東 伸也（錦町） 横矢 和美（馬場）
- ♥ 境目 裕太（球磨村） 尾方 緋峰（下染田）

ご冥福をお祈りします

- 澁谷 布（下里）
- 橋本 辰雄（中里1）
- 土屋 千代人（馬場）
- 福屋 子イ（下村）
- 柴田 只喜（上里1）
- 本村 誠（馬場）
- 地内 秋人（植木）

香典返し

- 深水 ヒサ（中猪）
- 恒松 生晃（上猪）
- 中嶋 満子（浅鹿野）
- 土屋 和広（埼玉県）
- 福屋 認（下村）
- 柴田 豊明（上里1）

保健師だより

今年度の教室や事業の終わりが近づいてきました。今回はその成果を報告します。

日本には24の節気と72候がありますが、この時期は雨水の末候「草木萌え動く（そうもくもえうごく）」。
しだいに和らぐ陽光のもとで、草木が芽吹き出すころ、冬の間に蓄えていた生命の息吹が外へ現れ始める時期です。出会いや別れの時期でもあります。

介護予防事業（１次予防施策）

コンデイショニング教室
（講師：公立多良木病院コスモ 村山直健康運動指導士）

長年の体の癖でアンバランスになった筋肉を整えると体が楽になることを実感してもらうために、昨年11月からことし2月まで毎週火曜日、計13回行いました。

座位やマット上で筋肉を意識して痛みや伸び感、左右差など体感してもらうことや自宅でできることを学び、週１回の教室が自分の体と向き合う時間になりました。

「体の調子が特にいい」「動きがスムーズになった」「ずっとひざの痛みで、できなかった正座ができるようになった」「肩こりがなくなった」「姿勢がきれいになった」など受講生から好評でした。姿勢のモニタリングでも左右差が軽減したり、ひざが拡がらずに中央に位置するようになったり、足底全体で立位したりと良い変化が見られました。

体が楽になり笑顔が増えた人たち

男性料理教室
（講師：石塚千美子栄養士）

一人暮らしの人や介護などで調理にかかわる人が、栄養のバランスがとれた食事を作れるようになるために、6月から20回行いました（月2回・月曜日）。シルバーではなくゴールドに輝くように「金色の会」と名づけています。現在８人がエプロン、三角巾で身支度準備、知って得する「食」の話と調理実習・試食の流れで毎回にぎやかに楽しんでいます。

食生活推進員（ヘルスメイト）の協力もあり、和気あいあいとした会です。みんなが生涯現役を目指していて、作業工程も手早くなってきました。88歳で初めて料理する人もいて、思いのこもった料理はおいしく、奥さんへのおみやげにする人もいます。

おいしい料理を作ろうと頑張る参加者

〈湯前町保健センター　保健師：中西　博子〉

［今月の表紙］

慈光保育園では節分に合わせて豆まきが行われました。本物さながらの鬼が登場し、逃げ回る園児たち。泣きながらも最後は勇気を振り絞り、鬼に豆を投げつけていました。

編集後記

editorial note

▼海洋センターに新しく置かれた「体成分分析器」を使ってみました。結果は標準よりながらも「過脂肪」。同時に人生の最大の体重になっていることも分かり危機感を感じています。

私の場合、１日の食事を２２０キロカロリー減らし、運動で３３０キロカロリー消費すると適正な体重に戻るということも分かりました（結構厳しい…？）。具体的な数値が出てくるので、目標も立てやすいです。なんとか頑張って適正な体型に戻したいと思います。

▼広報ゆのまえが県のコンクールで３年連続の特選を受賞しました。町民の皆さんの活躍や活き活きとした姿があるからこそ、このような賞をいただくことができました。「広報」には「人とまちをつなぐ」という役割があります。人と町、人と人をつなぐために広報を作ってきましたが、いつのまにか私自身もたくさんの人と大切なつながりができていました。改めて、いろんな人やものとの出会いに感謝したいと思います。（宏）

yunomae 03
Vol.417
MAR.2016

湯前町広報誌

とき、ゆったりとー。

上：手作りひな祭り展（湯～とぴあ）
下：布と遊ぼう展（上猪）

作品一つ一つから伝わる「心のぬくもり」。
もてなす人や訪れる人からあふれる笑顔。
この空間はゆっくりと、ときが流れるー。

※ご意見投稿はこちらから

活き活きと輝き、誇れるまちゆのまえ
広報ゆのまえ３月号

TEL 0966-43-4111 FAX 0966-43-3013
URL http://www.town.yunomae.lg.jp/

発行／湯前町役場総務課 〒868-0621 熊本県球磨郡湯前町1989-1
発行日／平成28年3月1日 印刷／(有)ソーゴーグラフィックス